



## Onsdagar kursstart 8/3-2017

*Ny Spännande kurs!*

### **Excel&Celebrate.**

Till alla världens vackra kvinnor vill vi introducera en underbar, utvecklande, rolig och berörande kurs! En 6 veckors Kundaliniyoga kurs för kvinnor.

Välkomna till Mamita, Vikingagatan 29 i Vasastan, Onsdagar kl. 17.30 -19.30  
Pris 2700 kr. 6 gr. á 2h. Manual ingår.  
Ingen drop-in.

### **Excel&Celebrate - A Sacred Circle of Women**

#### **En 6 veckors kurs för kvinnor**

Kursstart 8/3 -2017 Onsdagar kl. 17.30 -19.30

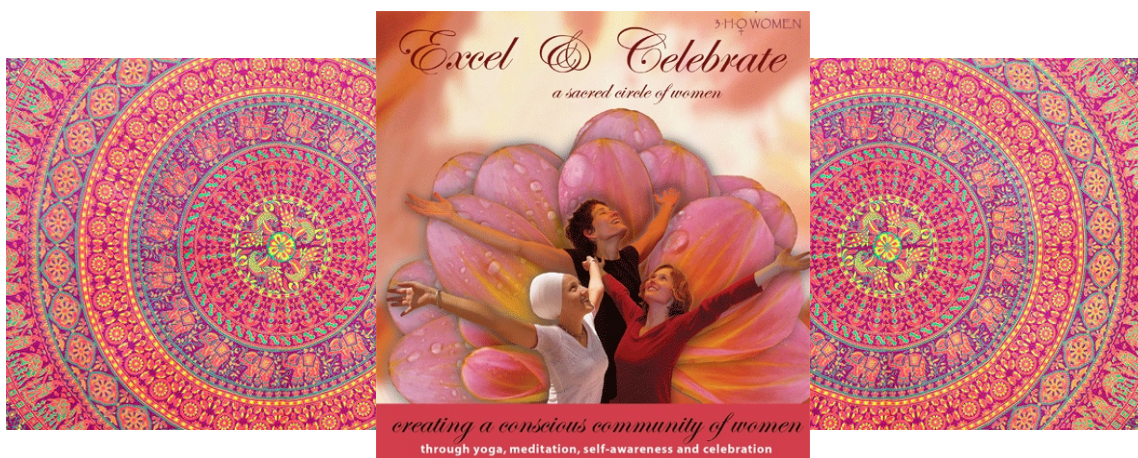
Programmet är en fördjupningskurs som har till syfte att medvetandegöra kvinnor om sin styrka och potential. Du får tillgång till verktyg som stödjer dig i din personliga utveckling och förändring. Genom Kundaliniyoga, meditation, life coaching tekniker, öppen hjärtliga samtal och hem studier kommer du att upptäcka dina unika styrkor, din vidd och vishet. Vi samlas i trygghet och förtroende och närmar oss dessa tekniker med vördnad och respekt.

Kursmaterialet är på engelska, jag håller kursen på svenska/eng. Två timmar vid varje tillfälle. Vi träffas en gång/vecka under 6 veckor.

Anmäl dig till [info@mamitasthlm.se](mailto:info@mamitasthlm.se)

*"A woman should trust her own instincts, her own psyche and her own intuition more than anything else. The best way to live intuitively is to live consciously."*

*Yogi Bhajan, Women's Camp 1977*



## Excel & Celebrate

Det är genom kvinnan som människan förkroppsligas. Genom henne manifesteras den gudomliga kreativiteten på jorden och hon utgör inspiration när det kommer till känsligheten hos den mänskliga själen. Det här är ingen liten sak. Dessvärre är det inte något vi lär oss i våra hem, i skolan eller i samhället i stort.

När Yogi Bhajan kom till USA 1969 och hörde att kvinnor där kallades för "chicks" blev han bestört över hur den "premal" kvinnliga kraften, *shakti*, hade degraderats till en "chick". Han sa; '*These chicks must grow up to become eagles to fly to the heights of heaven.*'

Det blev Yogi Bhajans mission i livet att lyfta fram och undervisa respekt, att hedra och ära kvinnor. Att lära ut solida tekniker till kvinnorna själva så att de på riktigt kunde överträffa sig själva och helt enkelt bli sitt bästa jag, excellera. Varje sommar samlades de i New Mexico och dessa sommarläger 3HO's Women camp, varade då i 8 hela veckor. Idag är Women Camp 8 dagar.

Kvinnor har genom alla tider samlats för att ge varandra kraft, ge näring till själen och relatera från vårt innersta djup. Tillsammans kommer vi upptäcka sann glädje, komma i kontakt med vår vishet och vår utstrålning. Genom Kundaliniyoga, som är utformad specifikt för kvinnor, gör vi avstamp för att upptäcka vår sanna identitet, så att vi kan vandra vår väg med självförtroende, tillit, vitalitet och klarhet och sedan sprida den kunskapen vidare i vår omgivning. Det finns ett gammalt spirituellt ordspråk som säger; "*When a man falls, a man falls. When a women falls, a generation falls.*"

Varmt välkomna att anmäla er på [info@mamitasthlm.se](mailto:info@mamitasthlm.se)